

Hubungan konsumsi makronutrien dan peran uks dengan stunting pada remaja di SMP N 15 kota semarang

HANIEK SOFIA ANDIKA

(Pembimbing : Vilda Ana Veria Setyawati, S.Gz, M.Gizi)

Kesehatan Masyarakat - S1, FKes, Universitas Dian

Nuswantoro

www.dinus.ac.id

Email : 411201301690@mhs.dinus.ac.id

ABSTRAK

Stunting atau sangat pendek berdasarkan umur dan berat badan lebih dengan nilai IMT lebih dari -2 SD sesuai standart. Stunting dapat berdampak bagi kelangsungan masa depan anak Stunting bisa disebabkan karena beberapa hal, salah satunya yaitu asupan makronutrien yang berlebihan. Makronutrien sering disebut zat gizi atau nutrisi yang dibutuhkan oleh tubuh dengan jumlah banyak.terdapat 3 jenis nutrien yang masuk kedalam golongan makronutrien seperti Karbohidrat (kompleks dan sederhana), protein (hewani dan nabati), lemak (hewani dan nabati). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan konsumsi makronutrien dan peran UKS dengan stunting pada remaja. Dengan jenis penelitian explanatory research dengan desain cross sectional. Sampel remaja stunting yang digunakan sebesar 52 anak dengan teknik simple random sampling. Variabel terikat yaitu remaja stunting, serta variabel bebas terdiri dari konsumsi lemak,karbohidrat,protein serta peran UKS. Analisis data yang dilakukan yaitu Univariat dan bivariat dengan menggunakan uji Chi Square. Hasil uji chi square menunjukkan bahwa ada hubungan antara karbohidrat dengan stunting p-value $0,024 < 0,05$, sedangkan Konsumsi lemak dengan p-value $1,000 > 0,05$, konsumsi protein dengan p-value sebesar $0,469 > 0,05$, dan peran UKS dengan p-value $1,000 > 0,05$ tidak memiliki hubungan yang bermakna dengan terjadinya stunting pada remaja. Saran yang dapat diberikan yaitu dengan melakukan pengawasan terhadap kebersihan dan harus menjaga mutu makanan di kantin/warung di Sekolah. Serta sekolah dapat menyediakan dan mengajarkan siswa untuk menanam tanaman-tanaman yang memiliki nilai gizi atau sumber makanan lainnya. Siswa harus mengetahui penyebab terjadinya stunting yang disebabkan oleh konsumsi karbohidrat yang berlebih dalam tubuh, maka dapat menyebabkan terjadinya kejadian stunting terhadap remaja yang kurang paham mengenai peran karbohidrat dalam tubuh masing-masing.

Kata Kunci : Stunting, makronutrien, karbohidrat, lemak, protein, peran UKS

**MAKRONUTRIEN CONSUMPTION AND ROLE OF SCHOOL
HEALTH UNIT WITH STUNTING IN ADOLESCENT IN SMP 15
SEMARANG IN 2017**

HANIEK SOFIA ANDIKA

(Lecturer : Vilda Ana Veria Setyawati, S.Gz, M.Gizi)
*Bachelor of Public Health - S1, Faculty of Health Science,
DINUS University
www.dinus.ac.id
Email : 411201301690@mhs.dinus.ac.id*

ABSTRACT

Stunting or very short based on age and weight more with BMI value more than -2 SD according to standard. Stunting can affect the survival of the child's future Stunting can be caused by several factors, such as excessive macronutrient intake. Makronutrien is often called nutrients or nutrients needed by the body with the amount there 3 types of nutrients that enter into groups of macronutrients such as carbohydrates (complex and simple), protein (animal and vegetable), fat (animal and vegetable). This study aimed to determine the relationship between macronutrient consumption and the role of school health unit with stunting in adolescents. Study was explanatory with cross sectional approach. Sample of adolescent stunting used by 52 children with random sampling technique. The dependent variable was adolescent stunting, and the independent variable consists of fat consumption, carbohydrate, protein and also role of school health unit. Data analysis was done by Univariate and bivariate using Chi Square test. Chi-square test showed that there was a relationship between carbohydrate with stunting p-value $0.018 < 0,05$, while fat consumption with p-value $0.417 > 0,05$, protein consumption with p-value of $0,820 > 0,05$, and the role of UKS with p-value $0,634 > 0,05$ has no significant relationship with the occurrence of stunting in adolescents. Suggestions that can be given is to supervise the cleanliness and must maintain the quality of food in the cafeteria / stalls in the School. And schools can provide and teach students to plant crops that have nutritional value or other food sources. Students should know the cause of the stunting caused by excessive consumption of carbohydrates in the body, it can cause stunting events to adolescents who do not understand about the role of carbohydrates in their respective bodies.

Keyword : Stunting, macronutrients, carbohydrates, fat, protein, role of UKS